



O K T O B E R 2024

Öffnungszeiten: SO - FR 14:00-17:45 Uhr
Samstag geschlossen

Regelmäßige Angebote

NEU
vormittags!

Donnerstag	Bewegte Stunde mit Tina Gemeinsam Bewegen tut der Seele gut! Treffpunkt: OASE (Je nach Wetter sind wir draußen oder in der Oase; 31.10. entfällt)	10:00 Uhr bis 11:30
------------	--	------------------------

Selbststärkung mit Aikido: Licht ins Dunkel Projekt 2024

Dienstag	Spüre deine Kraft durch einfache Bewegungen und Übungen in der Gruppe mit Ute Schwarzmayr - weitere Infos in der Oase! Kosten: 12 € 4 Termine, nur mit Anmeldung zu Gruppe 1 oder Gruppe 2: Gruppe 1) 1.10., 15.10., 29.10. und 19.11.2024 Gruppe 2) 8.10., 22.10., 12.11. und 26.11.2024	14:30 bis 16:30 Uhr
----------	---	------------------------

Angebote an bestimmten Tagen

Mittwoch	02.10. Ausflug zum Gaisberg Treffpunkt Mirabellplatz, Bus 151, bitte anmelden!	10:50 Uhr
Donnerstag	03.10. Herbstliche Balkonbepflanzung Und Fragerunde mit Jana	16:15 Uhr
Freitag	04.10. Bewegungs- und Achtsamkeitsübungen mit Monika K.	15:00 Uhr
Montag	07.10. Meditatives Zeichnen mit Monika K.	15:00 Uhr
Dienstag	08.10. Kreatives Gestalten mit Carmen Patchwork-Nähen	14:30 Uhr
Mittwoch	09.10. Häkel- und Bastelnachmittag	15:30 Uhr
Donnerstag	10.10. Lesestunde mit Michaela R. Lesung von „Deutsche Märchen und Märchen der Welt“	15:00 Uhr
Montag	14.10. Schreibwerkstatt mit Monika B. Lass dich zum Geschichtschreiben inspirieren!	14:30 Uhr
Mittwoch	16.10. Radl-Runde mit Tina Treffpunkt OASE	14:30 Uhr
Freitag	18.10. Dart Turnier mit Harry	15:00 Uhr
Montag	21.10. Offene Malgruppe mit Monika K.	14:30 bis 16:30 Uhr
Mittwoch	23.10. Ausflug zur 10 Jahres Feier der Ambulanten Psychozialen Rehabilitation Bitte anmelden!	14:30 Uhr
Freitag	25.10. Bewegungs- und Achtsamkeitsübungen mit Monika K.	15:00 Uhr
Montag	28.10. Kochgruppe Eintopf und kleiner Workshop zu Ernährung	14:00 Uhr
Mittwoch	30.10. Singen & Bewegen mit Carmen J. vom Orff-Institut	15:00 Uhr

Das Oase-Café ist am 1.11. (Feiertag) geschlossen!

An allen Angeboten können die Besucher*innen des Kommunikationszentrums OASE ohne Anmeldung und kostenlos teilnehmen, außer es wird im Programm erwähnt!

Kommunikationszentrum OASE (Projekt des Vereins AHA)

Johann-Wolf-Straße 7, 5020 Salzburg, TEL: 0662-880490, E-Mail: oase-kom@hpe.at